

2024	juillet		ACTIVITES ETINCELLE DE LA SAMBRE			
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
01	02	03	04	05	06	07
		APA 10h30-12h  Café Papote Atelier créatif A partir de 14H ----- Yogathérapie 15h-16h15				
			Socio-Esthétique RDV IND 14h-15h-16h			
08	09	10	11	12	13	14
	Sophrologie 10h30-11h30	APA 10h30-12h		Plaisirs et dégustations "Wrap" 10h-12h		
	Reflexologie 13h-14h-15h-16h	Café Papote Atelier créatif A partir de 14H				
15	16	17	18	19	20	21
	Sophrologie 10h30-11h30	APA 10h30-12h				
	Naturopathie "Massages crâniens ou dos" 14h-16h	Café Papote Atelier créatif A partir de 14H	Socio-Esthétique RDV IND 14h-15h-16h			
22	23	24	25	26	27	28
	Sophrologie 10h30-11h30	APA 10h30-12h		Plaisirs et dégustations "Belge" 10h-12h		
		Café Papote Atelier créatif A partir de 14H				
29	30	31	01	02	03	04
	Sophrologie 10h30-11h30	APA 10h30-12h				
		Café Papote Atelier créatif A partir de 14H				
Ateliers sur réservation uniquement, auprès de Sophie au 03.27.64.34.50 ou au 07.83.57.56.47  Spécificités ateliers : APA : eau + serviette + paire de chaussures de sport propres + certificat médical Sophrologie : drap de bain + plaid + coussin Socio-esthétique individuel : 2 gants de toilette Reflexologie : une serviette			Ateliers à la demande et sur RDV : Accompagnement social / soutien psychologique  Ateliers en délocalisés (psychologie et diététicienne) : Maison de Santé d'Aulnoye-Aymeries  Permanences : Centre Gray Maubeuge tous les lundis CCAS de Jeumont tous les 1er mardi du mois			